



Maximális felkészítést kaptam, szuper termekben edzhettem és egy roppant segítőkész családom van, akik az én álmomért sok áldozatot hoztak! Rengeteg időt, energiát vesz igénybe egy ilyen folyamat, és a verseny közeledtével egyre csak sűrűsödött...nélkülük nem sikerült volna a felég sem eljutnom, és az amerikai verseny ideje alatt is számíthattam rájuk a kislányaim gondtalan megvigyázását illetően.

Az edzettjeim is rendkívül türelmesen, megértően és kíváncsian figyelték a készülésemet. Elmondásaik alapján nagyon motiváltam őket az én elhivatottságommal. Itthonról sokan bíztattak és várták a híreimet-eredményeimet. A közvetlen környezetemen kívül is oly sok érdeklődést-szeretetet kaptam. Szerintem ezek az igazi emberi gesztusok, értékek, amikor érdek nélkül bátorít, támogat, majd elismer valaki.

Mit adott nekem ez a sport? a versenyfelkészülés?

Megtanultam még jobban értékelni az alapjáraton természetesnek vett hétköznapi dolgokat, emberi gesztusokat. Elengedni és befogadni személyeket. Értékelni az étel adta energiát. Az ízeket. A folyadékpótlás fontosságát. A testépítés-diéta-versenydiéta témakörében még több tapasztalatra tettem szert. De bőven van még mit tanulnom, és ez is a cél. Fejlődni.

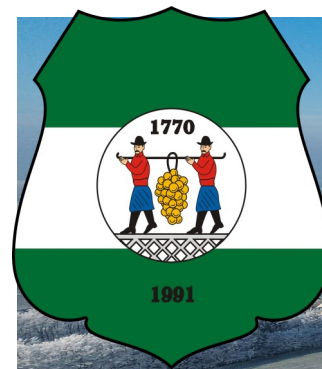
Hogy egy kicsit Amerikáról is meséljek. Nekem ez egy életre szóló élmény! A verseny után, amikor már kicsit észhez tértem, fizikailag kezdtem jobban lenni volt lehetőségem olyan csodákat látni, amit eddig csak a filmekben! A versenyzők itt igazából nem ellenfelekként tekintettek egymásra. Itt a testépítést mint versenysportot is sokkal többre becsülik mint nálunk Magyarországon, főleg, ha valaki naturálon végzi azt! Megható volt ezt érezni hogy itt csak ez számít! Hogy szívvel, lélekkel, alázattal és a természet erejével hoztuk ki

magunkból a maximumot. Ugyan oly kicsi, egyszerű és visszamaradott ország vagyunk mi hozzájuk képest, de nem számít! Összetartozunk mert ez egy hitvallás! Ott akkor igazán büszke voltam, hogy a másik kb 70 ország mellett én a magyar zászlót emelhettem a magasba! Az utcán sétáló emberek, a konditermi arcok, bolti dolgozók, az utcai zenészek....Az emberek pozitívitasát és az egymáshoz való viszonyulásukat jó volt látni és tanulhatnánk tőlük...!

A versenyzést és az arra való készülést pihentetni szeretném egy évig biztosan. Igencsak megkívánja a testem, lelkem. Mert bizony, akármennyire is igyekeztem a lehető legjobban vigyázni magamra, bőven van jele a túlhajszoltságnak. Egy versenydiéta-formaidőzítés össze sem hasonlítható más diétákkal - edzés módszerekkel. Nagyon szélsőséges. A versenyek előtti vízhajtásokról nem is beszélve. Még így természetes módon is kizsigereli a testet. A családom szeretne "visszakapni" ami teljesen érthető. Már nekem is hiányzik az "átlagos" anyuka szerep, sokkal több minőségi időt szeretnék a kislányaimmal tölteni. A szociális életem és a spontaneitás is háttérbe szorult a cél érdekében.

A sportegyesületem, együttműködéseim további bővítése a fő célom és hogy az online térben lányoknak/hölgyeknek szívesen segítenék a színpadi mozgás apró fortélyait elsajátítani, felvilágosítást adni egy ilyen horderejű megmértetésre, annak aki komolyan belevágna! A mi környékünkön (Baranya megyében Mohácson) nekem nem volt ilyen jellegű segítségem, sem támaszom, ezért gondolom, hogy ebben úttörő lehetnék-szeretnék lenni!

Kaipl Ida



Lánycsók Magazin

IX. évfolyam 4.szám

2025. december

Kedves Lánycsókiak!

A közelgő karácsony az elcsendesedés, az egymásra figyelés és a hála ideje. Ilyenkor különösen fontos, hogy megálljunk egy pillanatra, és értékeljük mindazt, amit közösségként és egyénenként kaptunk az elmúlt év során.



„Karácsonykor az ember mindig hisz egy kisé a csodában, nemcsak te és én, hanem az egész világ, az emberiség, amint mondják, hiszen ezért van az ünnep, mert nem lehet a csoda nélkül élni.”

(Márai Sándor)

Kívánom, hogy az ünnep békéje töltsen meg otthonaikat, a szeretet és az összetartozás érzése pedig kísérje Önöket az új esztendőben is! Legyen a karácsony minden család számára a remény, a meghittség és az öröm forrása! Áldott, békés karácsonyt és egészségben gazdag boldog új évet kívánok!

Tisztelettel: **Weisz Gergő**
polgármester

Tartalom

2-3. Felvidékiek
3. Konyha
3. Nyugdíjas Klub
4-5. Óvoda
6-11. Iskola
11-13. Gondozási K.
14-16. Kaipl Ida

A Lánycsók Magazin e-mail címe: lanycsokmagazin@gmail.com.
Várjuk a lakosok észrevételeit, javaslatait, érdekes történeteit.

2025.okt.4-én a Hajósi és Császártöltési Felvidékiek Kulturális Egyesület meghívásának tettünk eleget. Egy színvonalas estén vettünk részt ahol a Nagymácsédi énekkar és táncsoport adott műsort a Hajósi Művelődési Házban. Az est után kötetlen beszélgetés és vacsora közben tervezgettük jövőbeli közös találkozóinkat és programjainkat.

Nagyfödemesi könyvbemutató

Szabó László nagyfödemesi helytörténész meghívására (2025. november 30-án) egy nagysikerű könyvbemutatón voltam Nagyfödemesen, ahol a „Kihantolt múlt” sorozat magánkiadásban megjelentetett 4. kötete került bemutatásra.

Nagyszámú helyi érdeklődő mellett Kismácsédról, Jókáról, Dunaszerdahelyről, Egyházzelléből, valamint a határon túlról Budapestről és Lánycsókról is voltak érdeklődők. Lánycsókról, rajtam kívül még a volt háztulajdonos Halász Vince dédunokái is jelen voltak.

A helyszín Nagyfödemes, Főszeg utca 241. hsz. A csatolt képen látható Halász Vincének és családjának a volt lakóházában tartották a könyvbemutatót. A családot 1947. május 6-án kitelepítették Lánycsókra.

„Egy csodálatos, csaknem 400 oldalas kiadvány, „Megkésétt főhajtás” címmel, aminek az alcíme Nagyfödemes község I. és II. világháborús emlékalbuma. Ahogy azt az alcím is jelzi Nagyfödemes község I. és II. világháborúban részt vett, vagy elesett hőseinek állít emléket, nem feledve a hadiözvegyeket sem. Maga a szerző a dédnagyapja és a két világháború minden résztvevője emlékének ajánlotta a kötetet.

Az előszót Szakály László történész írta, a könyv lektora Szanyi Mária néprajzkutató, a könyv tördelését Jandura Mészáros Angelika végezte.”

1947-ben Lánycsókra kitelepített nagyfödemesiek, akik részt vettek a két világháborúban

Első világháború

Vitéz Budai Ince(1891–1972), Gombai Boldizsár(1886–1975)
Halász Vince(1891–1971), Németh Kázmér (1891–1948)
Takács Imre 1893–1969), Takács János(1896–1978)
Takács Károly (1897–1979)

Első világháborús hadiözvegyek

Hollósi Alajosné Bottlik Júlia (1893–1948)
Gombai Boldizsárné (Szabó Ágoston özvegye) Takács Gabriella (1893–1971)

Második világháború

Vitéz Budai István (1923–2005),
Gombai Boldizsár (1928–1988)
Halász Ferenc László (1928–1997)
Horony Béla (1919–1982)
Katona Rezső (1920–2003)
Molnosi Alajos (1900–1981)
Németh Ferenc (1925–2004)
Németh Jenő (1923–1999)
Németh Károly (1920–2009)
Pauer Géza (1908–1981)
Takács Boldizsár (1928–2008)
Takács Imre (1925–1994)
Takács János (1914–1996, eredetileg Izménybe költöztették)

Takács Károly (1919–1999)
Takács Károly (1930–2020)
Varga Zoltán László (1914–1990)

Halász Andrea facebook bejegyzése a rendezvényről:

„Ma egy különleges és felejthetetlen élményben volt részem: jelen lehettem Szabó László Megkésétt főhajtás című könyvének bemutatóján. Már a cím is súlyt hordoz, de ott, a szerző szavai között állva különösen erősen éreztem, hogy ez a mű nem csupán egy könyv – hanem emlékezés, tisztelgés és lélekből fakadó főhajtás mindazok előtt, akiket a kitelepítések örökre megsebeztek.

A könyv lapjai között ott visszhangzik a múlt fájdalma, a szétszakított családok története, az elvesztett otthonok csendje. Mindez számunkra nem történelemlény, hanem élet: a mi családunk is ki lett telepítve annak idején Lánycsókra. Ez a trauma ma is él bennünk. Nemcsak a nagyszüleink vagy szüleink hordták a terhet – generációkon átívelő seb lett belőle, amely a mai napig formál bennünket.

Éppen ezért ért különösen mélyen ez a könyvbemutató. Mintha a szerző minden mondata egy-egy apró, gyengéd érintés lett volna a múlt fájdalmas pontjain: nem feltépve, hanem megértve, elismerve, méltóságot adva annak a sok igazságtalan sorsnak, amelyet a kitelepítések generációkra nyomot hagytak.

Ott állva úgy éreztem, hogy ez a „megkésétt főhajtás” hozzánk is szól. Családunk történetéhez, az emlékeinkhez, mind ahhoz a nehézséghez, amit egykor el kellett viselni.

És talán a könyvbemutató pillanataiban valamiféle közös gyógyulás is megszületett bennünk – mert a kimondott, leírt és elismert emlékek mindig közelebb visznek ahhoz, hogy a múltat feldolgozhassuk.

Hálás vagyok, hogy részese lehettem ennek az eseménynek, és különösen hálás vagyok azért, hogy vannak még olyan művek és olyan alkotók, akik méltósággal és tisztelettel őrzik a kitelepítettek emlékét.

Mert amíg emlékezünk, addig ők velünk maradnak – és a történeteik soha nem vesznek el.”

(Halász Andrea sem rokona, sem ismerőse a Lánycsóki Halász családnak, Szlovákiában, Nagyfödemestől 30 km-re, Egyházzellében (Holice) él.)

(Nagy Béla)

Hogy egy kicsit kitérjek az elmúlt éveimre....

A testépítő versenyeim eredményei közül néhányat kiemelnék, amire büszke vagyok: Naturál sportolóként, nem csak naturál versenyeken!

HBPF Kriko Kupa (2024) – Model Mum 2., Model Physique Novice 4., Open 4. hely

INBA Elite Tour (2024) – Bikini Mamas 2.hely, Bikini Divas Novice 1., Bikini Overall Champion 1. hely (profí kártya megszerzése)

INBA PNBA Natural Universe Világbajnokság – Bikini Mamas 3., Bikini Divas Short -165 3. hely

WABBA Hungary Hercules Olympia (2025) –Miss Bikini: -163cm. 4.hely, Miss Bikini: Mom: 2.hely, tehetségkutató Miss Bikini -163cm: 2.hely

INBA Hungary Natural Heroes (2025) – Bikini Mamas 1. hely, amellyel kvalifikáltam magam a Las Vegasi Olimpiára és Bikini Diva's Short-165: 2.hely

Idén októberben elértem azt a célt, amire szinte egy évig napi 24 órában gőzerővel készültem: kvalifikáltam magam a Las Vegasban megrendezésre kerülő INBA PNBA Olympia-ra, a Naturál testépítés világszintű csúcseseményére.

Nem volt egyszerű az odáig vezető út... Sem fizikailag, sem lelkileg, sem anyagilag...Ugye a testépítés rengeteg lemondással jár... mert ez egy 0-24 óráig tartó folyamatos fókusz igénylő projekt, az én esetemben 12 hónapon át. A felkészülés első napjától a vissza vezető diéta utolsó napjáig! Azaz egész évben erre készültem. E-szerint étkeztem, edzettem, regenerálódtam, „éltem”.

Az étel alapanyagok, vitaminok, ásványi anyagok, aminosavak, fehérjeforrások, ízületvédők, megfelelő mennyiségű vízfogyasztás kulcsfontosságú volt. Mindent a lehető legmagasabb minőségben igyekeztem kivitelezni, az egészségem érdekében és hogy elérjem a célom.. Mindezek mellett próbáltam egyensúlyban tartani a gyereknevelést-magánéletemet. Az előforduló sérüléseket, nehezítő tényezőket akadályokat, súlyos anyagi ráfordításokat nem is részletezném inkább...

Amikor kvalifikáltam egyik szemem sírt a másik nevetett....Nem voltam benne biztos, hogy valóban sikerül odaérnem az olimpiára. Leginkább a súlyos anyagi terhek miatt.

De hálás lehetek, mert végül sikerült szponzorokat találnunk, hála az önzetlen segítőkész embereknek, akik bizalmat szavaztak nekem.

A nem várt-önzetlenül adott anyagi és egyéb jellegű támogatásokat hálásan köszönöm mindenkinek!!! Az ő biztatásuk, segítségük nélkül nem tudtam volna még a felkészülést sem végig csinálni, nemhogy a nagy Amerikai versenyre benevezni - kijutni.

A VERSENY

Las Vegas Golden nugget hotel
INBA PNBA XXVII Natural Olympia
2025. november 7.

Maximális felkészüléssel, magabiztossággal de legbelül az esélytelenek nyugalmaival indultam neki...hiszen nem kis versenyről volt szó. A világ minden tájáról érkeztek ide versenyzők szép számmal, a legjobbak... Ha jól tudom kb 70 ország nevezett.

A kondícióm és fizikai állapotom nagyon gyenge volt már. Akarva izmot kellett veszítenem az elmúlt hetekben, hiszen az utolsó bírói visszajelzés az volt, hogy naturálban majdnem sok vagyok a bikini kategóriában az izomtömeget tekintve. Ezért az edzőm utasítására taktikát kellett váltanom, de ez rettentő kimerítő volt számomra és nagyon legyengített . Nem is csoda, hiszen ezt a fajta szárazságot-extrém alacsony testzsírszázalékot naturálon nőként necces volt lehozni és tartani. A szálkásításomat június elején 63kg-al, viszonylag már itt is alacsony testzsírral indítottam, amit verseny napján 48kg-ra mérlegeltem...

Ennek ellenére is sikerült dobogós helyezéseket szereznem mind a három kategóriában, amiben indultam! És büszkén emelhettem a magasba a magyar zászlónkat!

Natural Bikini Mama's : 1.hely

Natural Bikini Diva's Novice: 2.hely

Natural Bikini Diva's Open: 2.hely

+ Amire, a leginkább büszke vagyok és ezt tényleg álmomban sem gondoltam.... megkaptam a : Natural Profi kártyát! (Az aktuális planéta legjobb naturál testépítői érdemlik ki, ezzel a későbbiekben Profi Naturál versenyeken folytathatják a pályafutásukat.)

Ezek az eredmények nem csak nekem járnak...





Akire büszkék lehetünk: Kaip Ida



lendülettel működik, bővül. Szuper a csapat! Ez volt az egyik álmom! Hogy ilyen lelkes, kitartó és erős összetartó csapatom lehessen, akiknek átadhatom azt amit nekem jelent az: egészség, fittség, tudatosság, fegyelmélettség, rendszeresség, akaratosság.



Nem melleleg...Nekem ez egy szívügyem, gyászom kifejezése... Szerettem volna beváltani azt, amivel úgy éreztem tartozok valakinek odafent. Akinek igazán sokat jelentett a sport, a csapatszellem, sportszerűség és a tenni akarás az életében. Sosem felejttem el a gyerekkori falusi házunk pincéjének "edzőrészlegét", ahol minden este apumat láthattam izzadni a lépcső lejárataánál ülve! A Kiragasztott motiváló testépítő hírességek posztjei, oldschool rozsdás súlyok, egy fekvőnyomó pad, expander, a bőr súlyemelő öve...és az Ő hozzáállása! Mert egész nap azért dolgozott ,hogy nekünk a 3 testvéremmel és anyáknak minden jó legyen. Kertészkedett nagy hozzáértéssel. Aktív része volt a falusi életnek, futballcsapatnak. Mindig mindenben lehetett rá számítani és sosem mondott nemet. Ettől függetlenül edzés nem maradhatott ki! Ha netán nyaralni mentünk ott is képes volt köveket vagy minket emlegetni, bárhol húzódkodni, tolódkodni, fekvőtámaszozni. Mindezt teljesítményfokozók nélkül! Szerintem ez a mentalitás az, ami követendő és ezt szeretném én is átadni a gyermekeimnek, edzettjeimnek és azoknak akiket megérintek az "üzenetemmel" amit képviselek.

Sportos, családi háttérből érkezem. A szüleim által képviselt fegyelem, kitartás és egészségtudat már fiatalon meghatározta az életmódomat. A gyerekkorom, 12 éves koromig, egy gyönyörű Duna melletti falucskában Újmohácson tölthettem szüleimmel és 3 idősebb testvéremmel. Amolyan igazi gumicsizmás, koszos, de belevaló egyszerű kis csajként, akinek mindig mozoghatnékja volt és mindig támadt valami ötlete...

Majd, áttelepedtünk a Duna túloldalára: Mohácsra. Oda jártam iskolába és éltem a tinédzser éveimet. Ez idő alatt is több sportágban kipróbáltam magam. Végül egy nem túl csajos sportnál ragadtam le és lett a szenvedélyem...szerelmem?! :) A Box.

2014 elején ismerkedtem meg az akkor még csak

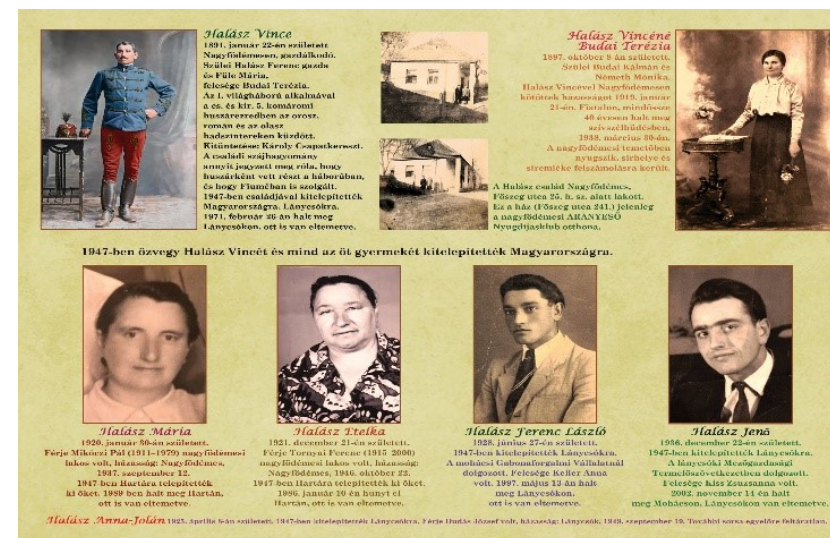


ökölvívó edzőmnek tartott Timotity Ivánnal. Azóta férj és feleség lettünk. Ő általa ismét egy faluba csöppentem... Ide Lánycsókra.

Igazán jó környéken találtunk eladó házat. Ez volt az első amit megnéztünk és én már akkor beleszerettem, amikor még csak a kapun kívül leskelődtem befelé...

Lassacskán de olyanná csinosítottunk mindent, ami nekünk a legideálisabb. Itt élünk a két kislányunkal. Divna 8 éves lesz hamarosan, Rea pedig 5. Szerintem tündérik, minden elfoglaltság nélkül.

A sportegyesületemet is itt tudtam megalakítani, és nagy boldogságomra, már több éve töretlen



A kép, melyet a könyv szerzője ajándékba adott a könyvbemutató társszervezőjének, a nagyföldemesi ARANYESŐ nyugdíjasklubnak, valamint a ház egykori tulajdonosai, Halász Vince és Budai Etelka dédunokáinak

Lánycsóki Konyha

Tájékoztatjuk tisztelt étkezőinket, hogy az év végi étkezőinknek ebédet illetve igény esetén tízórait is ünnepnek idején a konyha az alábbiak szerint tudunk biztosítani.

üzemel:

2025. december 24. és január 4. közötti időszakban főzés és étkeztetés nem történik.

Utolsó főzési nap 2025. december 23. / kedd /, első főzési nap 2026. január 5. / hétfő /.

A konyha munkanapokon hétfőtől péntekig üzemel. Az iskolás és az óvodás korú gyermekeknek napi 3x-i étkezést, a bölcsődéseknek napi 4x-i, a felnőtt

Továbbra is várjuk a rendszeres étkezést igénylők jelentkezését.

Aktuális étlapunkat megtekintheti az intézményekben (községközség, óvoda, iskola, gondozási központ, konyha). Az ételt igény esetén házhoz szállítjuk vagy személyesen átvehető a konyhán.

Pfeil-Varga Gabriella—intézményvezető

Nyugdíjas Klub

Szeptember 1-én. első foglalkozásunkon megemlékeztünk Csebek László nyugdíjas társunkról, aki súlyos betegsége következtében 2025. augusztus 27-én elhunyt.

Október 20-án meghívást kaptunk a Mohácsi foltvarrók kiállításának megtekintésére Jó ötleteket látnunk az anyagok újra hasznosítására. Csodás kép készült összefogással a fogadalmi templomról, amivel kapcsolódnak a Mohács 500 programhoz.

Klubunk énekkaros tagjai szerepeltek az 56-os emlékműsoron, mely a Népházban lett megtartva október 22-én.

November 10-én a Könyvtárba látogattunk, ahol megnéztük Szabó Magda író irásából készült kiállítást. Ezt követően a szokásos Márton napi zsíroskenyér parti következett.

November 8-án Mohácson a SLAMI színházteremben előadásra került a Fergeteges Komédia darab. Remek színészek, jó játékkal szórakoztatták a közönséget, aminek mi is részesei voltunk.

December 15-én tartjuk hagyományos karácsonyi partinkat. Reméljük most is jó lesz!





Lánycsóki Óvoda és Mini Bölcsőde

Az elmúlt időszak intézményünk számára igen mozgalmasan telt, nem voltunk híján az eseménydús napoknak.

A nyári zárás csendjét követően hamar élénk gyerek zsivajtól volt hangos a mini bölcsőde és óvoda mindkét egysége.

Elballagott nagycsoportosaink szeptember első napján még az óvodás csoportjuk előtt gyülekeztek – ahonnan az általános iskola ötödikesei kísérték őket az évnytőrá. Sok sikert kívánunk nekik iskolai tanulmányaikhoz és szeretettel várjuk őket vissza – akár csak egy ölelésre is!

A szeptemberi befogadás és évindítás mintegy lezárásaként a hónap végén Mihály – napi vásárt szerveztünk, melyen a gyerekekkel közösen készített portékáink kerültek az asztalra (lekvár, kézműves csecse-becse, kekszek, télire elrakott termékek stb.).



Nagycsoportosaink megkezdtek a Magyar Úszó Nemzet által szervezett úszásoktatáson való részvételt, mely heti gyakorisággal zajlik azóta is. A foglalkozásokon a megszokottakhoz híven szakképzett oktatók ismertetik meg és mélyítik el az úszás alapjait.

Bölcsődénk és óvodánk csoportjaiban októberre kialakultak a végleges létszámok, befejeződtek a be- és átfogadások, melyek kollégáim és a szülők együttműködésének köszönhetően gördülékenyen és zökkenőmentesen zajlottak. Ugyanebben a hónapban indítottuk el „Ölelő dallamok” foglalkozásainkat, ahol szeretettel várjuk havonta az érdeklődő kisgyermekes (1-3 éves korig) családokat.

Valamennyi csoportban megtartottuk a szülői értekezleteket, melyen a szülők tájékoztatást kaptak éves programjainkról, a mini bölcsődei és az óvodai

működési rendről, illetve feltehetik kérdéseiket, javaslataikat.



Településünkön szeptember 19-21. került megrendezésre a már hagyományosnak nevezhető Krumpilfesztivál. Előkerültek a szekrényből a népviseleti ruhák, a nagycsoportosok szorgalmasan gyakorolták táncaikat, pedagógusaink kézműves tevékenységekkel készültek a hétvégére. Számunkra élményekkel teli hétvége volt, bízunk benne, hogy jövőre újra csatlakozhatunk Fenntartónk rendezvényéhez!



A környezettudatosság erősítése érdekében óvodánk csoportjai is csatlakoztak a szeptember 22-én megtartott Autómentes naphoz, így ezen a napon sokan kerékpárral vagy gyalog érkeztek az óvodába. Nagycsoportosainkat és középső csoportosainkat október elején máris újabb program várt: a Napocska csoport Kisnyáradon köszöntötte idősek világnapja alkalmából az ott élőket; a Katica csoport gyermekei pedig intézményünk nyugdíjas dolgozójának készült egy kis meglepetés – műsorral ugyanebből az apropóból.

A helyi iskolával törekszünk a kialakult jó kapcsolat fenntartására, melynek részeként októberben az óvónénik meglátogatták a kis elsősöket, hogy megnézzék, mennyire ügyesen, koncentráltan végzik iskolás feladataikat.

Lánycsóki barangolók:

Ősszel is folytattuk a sétákat, igaz kicsit ritkábban.

3 jelentősebb túránk volt ebben az időszakban.

Október 2-án csatlakoztunk a Világ gyalogló naphoz. A Mohácsi Mozgáskorlátozottak Egyesületének meghívására vettünk részt ezen a programon. A Sokac révnél találkoztunk, komppal átmentünk a Szigetbe, ahol megnéztük az épülő hidat. A hideg ellenére sokan voltak ezen túrán. Kellemesen elfáradtunk.

November 4-én Kisnyáradra kirándultunk. Megnéztük a templomot, a Kálvária dombot, a helytörténeti kiállítást és egy kápolnát is. A helyiek kalauzoltak végig. Egy nagyon jó hangulatú délelőttöt töltöttünk Kisnyáradon, szép napsütöses időben!

December 2-án csak néhány barangoló vállalkozott a görcsönyi túrára. Ez egy szervezett kirándulás volt, több helyről érkeztek túrázók. Nagyon szép helyeken jártak melyek közül kiemelkedett a görcsönyi Kisboldogasszony templom.

Kraftné Szabó Rita
gondozási központ vezető





Október:

Október 8-án tartottuk a Népházban a hagyományos idős nap rendezvényünket.

A műsorban felléptek: iskolás gyerekek, a nyugdíjas klub és az idős klubja tagjai. Ezúttal is nagyon színvonalas produkciókat láthattunk. Weisz Gergő polgármester köszöntötte a falu 3 legidősebb emberét.

Sajnos idén csak 1 ünnepelt tudott részt venni a rendezvényen: Marsai Józsefné, Juci néni, aki idén novemberben töltötte be a 94. évét.

Budai Istvánné Matild néni (97 éves) és Dénes Györgyné Regina néni (93 éves) otthonában köszöntöttük.

Október 13-án Szeifert Antal klubtagunkat köszöntöttük 80. születésnapján.

November:

Az idei Márton napon kvíz fejtörővel és zenés Bingóval szórakoztak az idősök. A Bingó olyan jól sikerült, hogy egy rögtönzött táncparti kerekedett belőle. Majd természetesen a zsíros kenyér sem maradhatott el. Jó étvággal fogyasztottuk el közösen.

A hónap végén egy zenés teadélelőt tartottunk az idősök kérésére. Retró zenét hallgattunk. Sokat táncoltak az idősök. Nagyon jó volt a hangulat!

Elkezdődött az adventi hangolódás a klubban. Karácsonyi zenét hallgatunk, díszítjük a klubot saját dekorációinkkal. Ez mindig egy nagyon mozgalmas és egyben nagyon szép időszak!

December:

4-én karácsonyi kézimunka kiállítást néztünk meg Bólyban. Nagyon sok hagyományos és új technikával készült portékát csodálhattunk meg, illetve vásárlásra is volt lehetőség.

December 9-én Télapó partit tartottunk az idősök klubjában. Meglátogatta a télapó a klubtagokat, kis ajándékkal és szép szavakkal kedveskedett. Utána karácsonyi zenére ültáncoltunk.

December 18-án tartjuk majd a házi karácsonyi ünnepségünket. A dolgozók és az idősök egy része közös produkcióval készül erre a jeles napra.

Év végi munkarend:

utolsó ebédszállítás ebben az évben: 2025. december 23. (kedd), első ebédszállítás az új évben: 2026. január 5. (hétfő)

Áldott, békés karácsonyi ünnepeket kívánunk az idősök klubja tagjai és dolgozói!



Az óvodából iskolába történő átmenet megkönnyítésének részeként októberben igazi kalóz – kincskeresősen vehettek részt nagycsoportosaink a szüleikkel.



Október utolsó és november első napjaiban már javában készülődünk az intézmény egyik legnagyobb volumenű rendezvényére, a Márton – napra. November 6-án délelőtt a szülőkkel közösen terménybábokat és képeket barkácsoltunk, melyekből délutánra kiállítást rendeztünk. A nap folyamán négy, ma már nyugdíjazott dolgozónk szorgos keze munkájának köszönhetően elkészült hagyományörző búcsúfánk, amit a szülők segítségével állítottunk fel. Idén rendhagyó módon egybe kötöttük a teljesen megújult óvodai játszódvar átadását a Márton napi programjainkkal, így a búcsúfa felállítását követően a gyerekek különböző állomásokon dolgozhatták fel Márton legendáját. A feladatok sikeres elvégzése után a begyűjtött pecséteket libazsíros kenyérré, teára és zsákbamacskára lehetett váltani a „büfében”. A programok lezárásaként kis lámpásainkkal elsétáltunk a település templomába, ahol vallási motívumokkal kapcsolatos játékokkal vártak minket. Ezúton is köszönjük a lehetőséget és az élményeket!

Intézményünk nagycsoportos óvodásai másnap bekapcsolódtak az iskola által szervezett Márton - napi programok egy részébe; majd a Fenntartónk által szervezett településrendezvénybe is: a Napocska

csoportba járó gyerekek német és magyar énekekkel, mondókákkal és táncokkal tarkított kis műsorral léptek színpadra.

November végén idén első alkalommal került megrendezésre intézményünk Adventi vására, ahová nagy szeretettel vártuk a település minden lakóját. Csoportjaink kézműves termékekkel, forró teával és zsíros kenyérral; a Szülői Munkaközösség szervezésében a szülők pedig sütiadásra várták vendégeinket. Karácsonyi fények, zenék, illatok – bízunk benne, hogy látogatóink számára is élmény volt! Udvarunkat azóta is csodaszép Adventi koszorú díszíti – mely felajánlást ezúton is köszönjük a Lánycsók Virágboltnak!

Ahogy egyre jobban közeledik az év vége, úgy sűrűsödnek be a tennivalók is. Márton lova patáinak dobogása még hallható volt, máris Mikulás énekektől volt hangos intézményünk környéke. A „fehérszakállú kedves Mikulás” a magas számú megbetegedések miatt december 9-én látogatott el hozzánk. Szerencsére a gyerekek örömeiből ez semmit nem vont el, és ugyanolyan lelkesen és izgatottan várták a Piros ruhást.

Az elkövetkező napok már teljes egészében a karácsonyi várakozásról, hangulatról szólnak. Dolgozónk egy csoportja meglepetés mese dramatizálással készül gyermekeink számára; bölcsődés és óvodás csoportjaink pedig biztosan találnak meglepetést az intézmény karácsonyfája alatt! Nem is zárulhatna jobban egy év, mint hangos és önfeléd gyermek játékkal.

Így az maradt már csak hátra, hogy gyermekeink és az intézmény teljes kollektívája nevében áldott, békés karácsonyi ünnepeket; és nagyon boldog új évet kívánjunk Mindannyiuknak!





Lánycsók Általános Iskola és AMI

Októberben **Atlétikaverseny**en és **mezei futóbajnokságon** vettek részt tanulóink Mohácson, méltó eredményekkel és részvételükkel képviselték iskolánkat.

Október negyedikén először tartottuk meg iskolánkban az **állatok világnapját**. Három programmal készültünk a gyerekeknek. Egy kisállat-simogatót létesítettünk a folyosón, ahol mindenki megcsodálhatta, szeretgethette a kis nyuszikat. Köszönjük Bella András bácsinak a felajánlását! Az igen nagy sikert arató „Fotózkodj kedvenceddel” fotópályázatra érkezett képeket az aulában meg is tekinthette apraja-nagyja. A kinyomtatott képeket mindenki ajándékba haza is vihet, hogy legyen egy közös képe szeretett állatával. Ezen a napon az elképesztő állati lelegekre is felhívtuk a tőzöni vágyók figyelmét.



Október 8-án **Idősek Napja** alkalmából szerepeltek diákjaink a Népházban, és köszöntötték a település időseit. A szorgalmas, vállalkozó kedvű gyerekek verssel, zenével és énekkel közreműködtek az ünnepségen.



Októberben ellátogattak elsőseinkhez az **óvónénik**. A gyerekek nagy szeretettel fogadták őket, bemutatták osztálytermüket, alkotásaikat, megmutatták füzetüket, és a látogatott tanórán tudásukat is megcsillogtatták.

A **pécsi pályaválasztási kiállításra** október 15-én a nyolcadikos tanulók látogattak el, akik már finisen vannak a pályaválasztási programok tekintetében. Több éven keresztül igyekeztünk tájékoztatni őket, felfedni érdeklődési köreiket, affinitásukat.



A december hónap igencsak bővelkedik eseményekben az iskolánkban. Az adventi vasárnapokat követő hétfő reggeleken az osztályok az ünnepre hangoló magyar és német adventi dalokat énekelnek közösen az iskola udvarán, majd egy-egy újabb **gyertyát gyűjtanak** meg az iskola adventi koszorúján. Egy-egy gyertya az iskola elé is kikerül, hogy azok településünket is díszítsék. Az advent időszakában az osztályok több formában is hangolódhatnak az ünnepre: ajándékok, díszek készülnek; kedves szavakkal kedveskedünk egymásnak, aminek fontosságára kiemelten felhívjuk a figyelmet; „angyalokunk”- egy-egy

osztálytársat kiemelt figyelmességgel kezelünk; adventi koszorút készítettünk; Barbara-ágot hajtatunk; Luca-búzázt ültettünk... Zenetanáraink hangversenyeket rendeznek a héten, mely szintén méltó felkészülés és hangolódás az ünnepre.

Hagyományos, tanulóink keze munkája által készített díszekkel ékesített karácsonyfánkkal kívánunk békés, áldott ünnepeket és egészséges, örömteli új esztendőt minden kedves olvasónak!

Wir wünschen Ihnen friedliche, gesunde und fröhliche Feiertage!



Gondozási Központ

Szociális étkeztetés

Az egészségünk az egyik legnagyobb kincsünk. Ennek egyik alapja az egészséges étkezés. Ehhez tudunk segítséget nyújtani az időseknek, rászorulóknak.

Továbbra is hétfőtől péntekig lehet igénybe venni a változatos, egészséges, ízletes ebédet.

A kérelmezés egyszerű. Csak néhány személyes iratra, jövedelemigazolásra van szükség hozzá.

Az ebéd ára 1 200 - 1 400 Ft/nap, jövedelemtől függően. Kiszállítás díja egységesen: 175 Ft/nap

Az ebédért utólag kell fizetni, előre jelzett napon. Helye: Polgármesteri Hivatal Lánycsók.

Jelenleg csak készpénzzel lehet fizetni!

Házi segítségnyújtás

Idős vagy beteg hozzátartozója ápolása, gondozása nehézséget okoz a családnak? Keressen minket bizalommal! Szakképzett gondozónőink a következőkben tudnak segíteni: gyógyszer iratás, kiváltás, adagolás, kisebb bevásárlás, fürdetés, pelenkázás, mobilizálás, orvoshoz kísérés stb.

A szolgáltatás hétfőtől péntekig vehető igénybe, ingyenesen. Fizetni csak az orvoshoz szállításokért kell.

Idősek klubja

Az idősek klubja egy jó lehetőség, hogy tartalmasan tölthessék el napjaikat a beiratkozott tagok. Számos program közül választhatnak kedvük, érdeklődésük alapján: társasozás, kártyázás, kreatív foglalkozások, vetélkedők, zenés üllőtánc, kirándulások, fürdés, főzés stb.

Az elmúlt 3 hónap kiemelkedőbb eseményei a következők voltak:

Szeptember:

Hagyományainkhoz híven idén is ellátogattunk az idősekkel Máriagyűdre. Gyertyát gyűjtöttek az idősek, imádkoztak, misén vettünk részt, kegytárgyakat vásároltak. Hazafelé Bólyban süttünk.

A második Alzheimer séta keretében egy nagyot sétáltunk a faluban. Idén iskolás gyerekek is csatlakoztak hozzánk. Együtt melegítettünk be, majd lesétáltunk a Szenior Apartmanházig. Ott kedves fogadtatásban és vendéglátásban volt részünk. Közös tánc után visszasétáltunk az iskoláig.

24-én a lánycsók iskolába látogattak az idősek, a zenével a demencia ellen elnevezésű új programunkra. Egy nagyon kellemes órát töltöttünk együtt. Volt közös éneklés, zenélés.



November és december hónapban csütörtökönként fogorvosi szűrővizsgálatokon vettek részt osztályaink dr. Luciusz Gábor fogorvosi szakrendelőjében Mohácson.

December 3-án iskolai **német vers- és prózamondó, illetve népdaléneklési versenyt** szerveztünk, melyen 29 versmondó és 14 éneklő gyermek előadását értékelte a három tagú zsűri bronz, ezüst, arany és kiemelt arany minősítéssel. Nagy öröm számunkra, hogy ennyi gyermek vállalja, hogy felkészül a versenyre, és szerez előadásával csodálatos délutánt a hallgatóságnak. Büszkék vagyunk mindannyiukra!

December elején a testvérosztályok Mikulásai is ellátogattak egymáshoz, az osztályok kölcsönösen megajándékozták egymást valami aprósággal. Az 1. osztályosoknak levelet írt a **Mikulás** mielőtt meglátogatta őket, a 2-3. osztályosok pedig „Jó gyerek - Oklevelet” kaptak tőle. Az alsós osztályok nagy örömmel fogadták december 5-én a teli zsákkal érkező Mikulást, hisz mindenkinek hozott jó szót, ajándékot.

December 5-én ismét megrendezte iskolánk az immár hagyományosnak mondható **Mikulás-kupát**. Ebben a tanévben is a nagycsoportos óvodások és az 1. osztályosok vettek részt a játékos sorversenyekben, ahol próbára teheték gyorsaságukat, ügyességüket, bátorságukat. Balázs bácsi érdekes feladatokkal várta a gyerekeket, akik egy rövid bemelegítés után csapatokra osztva vetélkedtek egymással. A Mikulás is kíváncsi volt az ügyes gyerekekre, érkezésének a gyerekek is nagyon örültek. A játék végén természetesen kinyitotta nagy zsákját és szaloncukoresővel jutalmazta a szorgos gyerekeket.



Pályaorientációs tesztet töltöttek ki, szüleik pályaválasztási szülői értekezleten vehettek részt, szakmákkal ismerkedtek, önismeret és mesterséges intelligencia témájában hallgattak meg előadást a Pécs-Baranyai Kereskedelmi és Iparkamara szervezésében, Andrassy Zoltán a Baranya Vármegyei SZC Mohácsi Radnóti Miklós Technikum és Szakképző Iskola igazgatóhelyettese tartott tájékoztatást, valamint „öregdiákjaink” személyes élményeiket mesélték el választott középiskolájukról. Reméljük megfontoltan és alapos tájékozódás után töltik ki hamarosan továbbtanulási lapjait.

Október 17-én elkísértük hatodikosainkat és hetedikeseinket a **Mohácson** megrendezett **Pályaválasztási kiállításra**. A későbbi pályaválasztás előkészítésére helyezve ezzel a hangsúlyt. A bemutatkozó iskolák által felkínált lehetőségeket, ismertetőket, játékos feladványokat, kisebb nyereményjátékokat nagy érdeklődéssel fogadták diákjaink.

Október 17-én **kalózkodni hívtuk** az iskolába a **nagycsoportos óvodásokat** és szüleiket, valamint az 1.osztályos tanulókat. A kis kalózkodat Bischof Éva néni köszöntötte, majd egy kalóztérkép segítségével juthattak el a kincsek nyomába.

Vadvízi kaland, Tetováló- és smink szalon, Kockáztasd az életedet, Útvesztő, Bütykölde, Észbontó és az Oázis állomásai érdekes feladatokkal várták a gyerekeket. A kalandok végeztével arany tallérokat gyűjthettek, melyeket az utolsó állomáson beválthattak. Így bizonyították, hogy kiállták a próbákat.

Mindenki nagyon jó érezte magát. Kellemes délutánt töltöttünk együtt.

Rendhagyó irodalomórát tartott az 5-6. osztályoknak Arnold Krisztina, a kortárs magyarországi német irodalom jeles képviselője. A művésznő gyermekversek, gyermekdalok szerzője, gyermekmesék írója, aki zeneszerzéssel is foglalkozik.

Am 7-en November hat unsere Schule **Martins Tag** gefeiert. Am Vormittag haben die Schüler in 4 Stationen verschiedene spielerische Aufgaben gelöst.

Die 7.Klasse hat mit Helfer, mit Großmütter und mit Mitglieder des Senioren Klubs einen schönen Kirmesbaum geschmückt, was vor der Schule aufgestellt worden war.

Am Nachmittag organisierten wir im Volkshaus einen Schwabenball für die Kinder. Dazu war auch die ältere Gruppe des Kindergartens herzlich eingeladen. Sie haben den Ball mit ihren Tänze geöffnet, dann folgte die 3.Klasse mit einem Laternentanz. Für die weitere gute Laune sorgte die Hahner-Duo.

Die Eltern haben den Kindern Tee und Kipfel serviert. Am Ende des Balles spazierten wir mit Lampionen in die Kirche, wo wir Lieder über St.Martin gesungen und spielerische Aufgaben gelöst haben.





Als wir noch am 7. November in der Kirche waren sind unsere **Gäste aus Markt-Hartmannsdorf** auch angekommen.

Wir haben sie zum Abendessen in das Deutsche Haus zu einer Fischsuppe eingeladen. Wir unterhielten uns fröhlich. Den Gästen hat unsere ungarische Spezialität sehr geschmeckt.

Drei Paare waren bei unseren Kolleginnen, die anderen 4 Gäste und der Schofför waren in Mohács in der Kovács Pansion untergebracht.

Am Samstag Vormittag haben wir einen Dorfrundgang geplant. Wir waren auch in Bürgermeisteramt eingeladen, wo der Bürgermeister die Gäste empfangen hat. Danach besuchten wir den Kindergarten. Die Leiterin des Kindergartens hat uns über die Gruppen und über das Programm des Kindergartens erzählt.

Danach haben wir die Schule besucht. Die Leiterin der Schule hat ihnen über die Geschichte der Schule erzählt. Die Ausstattung und die Dekoration des Klassenzimmers hat den Gästen sehr gefallen.

Das Mittagessen haben wir in einem Essraum der Mensa verbracht, was das Gemeindeamt uns ermöglicht hat. Wir danken ihnen für diese Unterstützung beim Empfang der Gäste.



Nach dem Mittagessen führen wir nach Székelyszabar in das Schwäbische Haus. Die Mutter von Frau Anikó Stang hat sehr erlebnisreich über das Leben der Ungarnsdeutschen erzählt und die einzigen Räume vorgestellt. Die Gäste waren sehr begeistert. Um 16 Uhr fing das Kulturprogramm der deutschen Selbstverwaltung von St. Martin im Volkshaus an. Die Schüler der Grundschule und Musikschule, die Kinder vom Kindergarten haben auch aufgetreten. Am Ende des Programms, sangen auch unsere österreichischen Kollegen. Es war eine Überraschung.

Am Sonntag waren sie in der Messe in Mohács. Danach besichtigten sie die Stadt.

Das Mittagessen haben wir im deutschen Haus verbracht, wozu wir vom deutschen Selbstverwaltung eingeladen waren. Vielen Dank für das feine Mittagessen.

Nach dem Mittagessen verabschiedeten wir uns von unseren Gästen. Sie mussten leider nach Hause fahren. Wir haben 3 schöne Tage miteinander verbracht.

Nagyon szépen köszönünk minden segítséget, felajánlást, a vendégek fogadásában nyújtott segítséget, mellyel színesíthettük programjainkat!

Budapesti jutalomkirándulásban részesültek azon diákjaink, akik sikeres tanulmányi és/ vagy kimagasló közösségi munkájukkal fényesítik az iskolánk mindennapjait. Első utunk az Európa-élményközpontba vezetett, ahol a legfejlettebb multimédiás eszközök segítségével megismerhettük az Európai Unió működését. Sétánk tovább vezetett a világ egyik legszebb parlamenti épületéhez, az Országházhoz. A környéken található *Kossuth Lajos-szoborcsoport*, Batthyány-örökmécses, A Cipők a Duna-parton budapesti holokauszt-emlékmű sem maradhatott ki sétánk során. A Magyar Tudományos Akadémia épülete mellett elhaladva megcsodálhattuk az immár négy alkalommal is Európa legszebb vásárának megválasztott Adventi vásárt a Bazilikánál.



November 26-án délután az óvónőkkel **közös őszi nevelési értekezleten** vettünk részt, ahol a fenntarthatóságra nevelés témájában ötletekkel, megvalósítási lehetőségekkel gazdagítottuk egymást, hogy gyermekeink minél kisebb korban találkozzanak a nevelési céllal és kezdődjenek meg szokásaik kialakítása.

Nov. 27-én **ÖKO rádiót** szerkesztettek a 4. osztályosok, ahol a fenntarthatóságra hívták fel mindannyiunk figyelmét. Mindezek mellett szintén ÖKO tudatos iskolaként „Ne vásárolj semmit!” napot hirdettünk az iskolában. Folyamatosan frissül faliújságunk, ahol felhívjuk a figyelmet az élővilág érdekének figyelembevételére, a környezettudatos életvitel fontosságára.

November 27-én a Park Utcai Katolikus Általános Iskolában megrendezett **területi magyar versmondó versenyen** két tanulónk, Blum Patrik 3. osztályos tanuló és Féth Dóra 4. osztályos tanuló képviselték iskolánkat. Patrik ezüst, míg Dóra bronz minősítést kapott a vájt fülű zsűritől.

November 28-án ismét versenyen mutatták meg magukat tanulóink. Ezúttal a **Megyei Német Népdaléneklési versenyen**, Bolyban képviselték iskolánkat. Féth Dóra, Anyádi Luca és Kretz Martin szóló kategóriában versenyzett, míg a 4. osztály énekelni szerető három lánya, Csonka-Tari Debóra, Féth Dóra és Major Csilla közösen is énekeltek. Luca gyönyörű előadását a zsűri ezüst minősítéssel jutalmazta.